



Facultad de Educación

GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN
INFANTIL
2020-2021

Programa de Educación Emocional en
Educación Infantil a través de las artes plásticas

Emotional education program in early
childhood education through the visual arts

Autor: Paola Escolano Cossio

Director: Raquel Palomera Martín

Junio 2021

VºBº DIRECTOR

VºBº AUTOR

RESUMEN

El trabajo que se presenta a continuación pretende dar a conocer la gran importancia que tiene la Inteligencia Emocional (IE) para conseguir un desarrollo íntegro de los infantes, mostrando así, la necesidad de tenerla en cuenta y trabajarla en la escuela desde edades tempranas. Las emociones están en nuestro día a día y saber identificarlas y gestionarlas permite conseguir un desarrollo personal y social óptimo acorde al conjunto de experiencias vividas.

En consecuencia, el objetivo general de este programa es desarrollar la IE en los niños y niñas de 5 años según las ramas propuestas en el modelo de habilidad de Salovey y Mayer (1997) utilizando como recurso las artes plásticas.

Se comienza realizando un recorrido por el concepto de emoción, sus funciones y sus distintas clasificaciones, hasta llegar al término de IE. Dentro de este último, se definen sus diferentes modelos, se exponen las características y capacidades de los niños que abarcan la etapa de Educación Infantil y se hace referencia a las ventajas y beneficios de trabajar la IE en la escuela desde estas edades. Posteriormente, se explica el concepto de Educación Emocional, la eficacia de sus programas y se hace referencia a las artes plásticas como recurso para trabajarla en el aula.

Finalmente, se ha diseñado una propuesta de intervención para desarrollar la Educación Emocional a través de estas artes con la finalidad de que los niños aprendan a percibir, comprender y regular las emociones.

Palabras clave: Inteligencia Emocional, emociones, Educación emocional, Educación Infantil, artes plásticas.

Abstract

The dissertation presented below aims to make known the great importance of Emotional Intelligence to achieve a full development of children, thus showing the need to take it into account and work on it at school from an early age. Emotions are in our

daily life and knowing how to identify and manage them allows us to achieve an optimal personal and social development according to the set of experiences lived.

Consequently, the general objective of this program is to develop EI in 5-year-old children according to the branches proposed in Salovey and Mayer's (1997) ability model, using the visual arts as a resource.

We begin with a review of the concept of emotion, its functions and different classifications, until we arrive at the term Emotional Intelligence. Within the latter, its different models are defined, the characteristics and capacities of children in the Early Childhood Education stage are presented, and reference is made to the advantages and benefits of working on EI at school from this age. Subsequently, the concept of Emotional Education is explained, the effectiveness of its programs and reference is made to the plastic arts as a resource to work it in the classroom.

Finally, an intervention proposal has been designed to develop Emotional Education through these arts so that children learn to perceive, understand and regulate emotions.

Key words: Emotional Intelligence, emotions, Emotional Education, Early Childhood Education, plastic arts.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN	5
2. MARCO TEÓRICO	7
2.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL	7
2.1.1. CONCEPTO DE EMOCIÓN.....	7
2.1.2. MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	12
2.1.3. DESARROLLO EMOCIONAL	19
2.1.4. BENEFICIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	23
2.2. EDUCACIÓN EMOCIONAL	25
2.2.1. CONCEPTO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL	25
2.2.2. EFICACIA DE LOS PROGRAMAS DE EDUCACIÓN EMOCIONAL	28
2.2.3. LAS ARTES PLÁSTICA COMO RECURSO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL ...	29
3. DISEÑO DE PROPUESTA DIDÁCTICA.....	31
3.1. OBJETIVOS	31
3.2. METODOLOGÍA.....	32
3.3. ORGANIZACIÓN	34
3.4. ACTIVIDADES	35
3.5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	44
3.6. EVALUACIÓN	45
4. CONCLUSIÓN	46
5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	48
6. ANEXOS	52

Nota: Con el objetivo de facilitar la lectura del TFG a lo largo de su redacción se utilizará el masculino como forma neutra para hacer referencia a personas de ambos sexos sin que ello suponga un uso sexista del lenguaje.

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Este Trabajo de Fin de Grado parte de la certeza de que el principal objetivo que tiene la educación es conseguir el desarrollo integral de los niños. Desde hace años, la educación en las escuelas se ha basado principalmente en desarrollar los aspectos cognitivos, sin darle importancia o incluso olvidándose de los aspectos emocionales, a pesar de que estos forman parte de nuestra vida y están presentes en las diferentes actividades que realizamos. De esta manera, autores como Bisquerra (2000) y Goleman (1995) señalan la relación entre ambos, ya que el desarrollo de las competencias emocionales influye en el desarrollo personal y social, lo que, a su vez, podría repercutir de manera positiva en el aprendizaje de conocimientos académicos.

A partir de aportaciones de diferentes investigadores, se ha demostrado la importancia de trabajar la Inteligencia Emocional (IE) desde la Educación Infantil, ya que durante esta etapa los niños construyen las bases de su personalidad, de sus aprendizajes y relaciones (López Cassà, 2003). Al mismo tiempo, desarrollar habilidades emocionales ayuda a identificar nuestras propias emociones y las de los demás, a comprenderlas, regularlas y, por lo tanto, controlar las relaciones que establecemos con los demás.

De esta manera, es necesaria una educación que trabaje estos aspectos, tal y como se recoge en la ley educativa vigente (LOMCE), en la cual se menciona este desarrollo íntegro y armónico del alumnado está establecido como uno de los fines a trabajar en estas edades, ayudándoles así a afianzar su bienestar.

Por otra parte, la elección de trabajar la EE a través de la competencia artística es porque este es un medio presente en las aulas de Educación Infantil mediante el cual los niños tendrán la posibilidad de percibir, comprender y regular sus emociones. En la actualidad, en las aulas se suele hacer uso de la literatura o la música para trabajar diferentes habilidades de la IE, sin embargo, las artes plásticas también son un recurso que permite diferentes posibilidades de expresión y comunicación de los sentimientos Vivas et al. (2007). Asimismo, es una herramienta que permite seguir la metodología que se considera apropiada para estas edades, ya que permite basar las actividades en el

juego y en acciones como manipular, investigar, explorar, etc. lo que les permite experimentar diferentes emociones.

Por todo ello, el principal objetivo de este programa es desarrollar la IE en los niños y niñas de 5 años para que sean capaces de percibir, comprender y regular las emociones utilizando las artes plásticas como recurso, con la finalidad de conseguir un desarrollo integral en ellos.

En cuanto a la estructura del trabajo, en este se comienza exponiendo la definición de emoción y sus diferentes clasificaciones, centrándose especialmente en las seis emociones básicas propuestas por Ekman (1992), las cuales se trabajarán en la propuesta didáctica. A continuación, se exponen los diferentes modelos de IE, profundizando en el modelo de habilidad propuesto por Salovey y Mayer (1997), puesto que el objetivo principal de este trabajo consiste en trabajar tres de las ramas de su modelo: percepción, comprensión y regulación de las emociones.

Posteriormente, a través de diversas investigaciones y los resultados de diferentes estudios se demuestran los beneficios de la IE en la vida de los niños a corto y a largo plazo, ya que, como señalan Extremera y Fernández (2004, 2009) las emociones influirán en su desarrollo y bienestar. Por otra parte, para conseguir un desarrollo integral en el alumnado es necesario trabajar la EE desde edades tempranas, por lo que, para diseñar las actividades de la propuesta didáctica se han tenido en cuenta los objetivos propuestos por Bisquerra (2000).

A continuación, se presentan las artes plásticas como recurso de EE, ya que, autores como De la Torre (2000) las señalan como una herramienta que permite vivenciar y educar las diferentes emociones.

Finalmente, se detalla el diseño de una propuesta didáctica con la finalidad de fomentar la percepción, la comprensión y la regulación utilizando como medio las artes plásticas.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL

2.1.1. CONCEPTO DE EMOCIÓN

Todos conocemos por experiencia propia qué son las emociones, sin embargo, y, a pesar de que diferentes autores han intentado dar una definición de este concepto, a lo largo de la historia se han desarrollado diferentes teorías y aportaciones sobre el mismo. En consecuencia, se pueden encontrar diferentes definiciones, las cuales, entre ellas, guardan aspectos en común.

William James, ya en 1884, al preguntarse qué era una emoción contestó que era “una respuesta del organismo ante determinados estímulos del medio ambiente”. (Mora, 2013, p. 2.). Esta idea se puede relacionar con una definición más reciente que aporta Bueno (2017, p. 60), en la que también le da importancia a situaciones que se dan en el ambiente, pues las define como “patrones de comportamiento que se desencadenan de forma automática y preconsciente ante cualquier situación que conlleve un cambio en el statu quo del momento, muy especialmente si este cambio implica la existencia de posibles amenazas.”.

A partir de las definiciones ya explicadas, otros nuevos autores las han reelaborado y complementado, teniendo en cuenta el cambio que experimentan las personas en determinadas circunstancias, principalmente si estos son negativos. De esta manera, según Fernández – Abascal et al. (2010) las emociones son unos “procesos psicológicos que tienen un gran valor, las cuales actúan como un elemento de alarma a través del que se indican los aspectos peligrosos que debemos evitar, y también los agradables, a los cuales nos debemos de acercar” (p.18).

Acorde a las ideas de Salovey y Mayer en su artículo *Emotional Intelligence* (1990), se refleja que las emociones son respuestas organizadas que se ven influidas por diferentes factores, como pueden ser cognitivos, psicológicos, motivacionales y experienciales, las cuales surgen para responder a eventos, internos o externos, y que pueden tener una valencia positiva o negativa.

Otros autores como Goleman (1995) identifican las emociones como un sentimiento, y el conjunto de sus pensamientos, estados psicológicos y biológicos que lo caracterizan y, que, en consecuencia, desencadenan una acción. Las emociones pueden considerarse innatas y automáticas, ya que guían nuestras conductas y decisiones.

Por otra parte, es fundamental tener en cuenta la definición aportada por Rafael Bisquerra, ya que este autor ha realizado diversos estudios sobre la Educación Emocional:

Las emociones son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambiente provocativo, etc. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión). (Bisquerra, 2000, p.63).

A partir de todas las definiciones analizadas, podemos concluir que la emoción es un proceso complejo y multidimensional, que implica reacciones a estímulos, bien externos o internos, en los que se involucran aspectos psicológicos, fisiológicos y cognitivos.

2.1.1.1. FUNCIONES DE LA EMOCIÓN

Después de considerar todas las definiciones del concepto emoción, sabemos que estas son un mecanismo que hemos desarrollado para nuestra supervivencia. Todas las emociones cumplen un papel importante en la vida de los seres humanos, y según Reeve (1994), estas tienen tres funciones principales:

- ***Función adaptativa***

Sirve para facilitar una conducta determinada y apropiada para cada situación que se presente, por lo que el organismo sería capaz de ejecutar una acción u otra en función de las condiciones ambientales. Además, esto permitirá que nos acerquemos o alejemos del objetivo que queremos conseguir. Esta relevancia de las emociones como mecanismo adaptativo ya fue señalada por Darwin, quien afirmaba la importancia de las emociones como facilitadoras de la adaptación al ambiente.

- ***Función social***

A través de esta podemos comunicar a los demás cómo nos sentimos, ya que tanto la expresión de las emociones como su represión, ofrecen información de nuestro estado de ánimo, favoreciendo así la interacción social. Nuestro comportamiento puede ser previsto por las personas de nuestro alrededor a través de la expresión de las emociones, por lo que es esencial tener en cuenta que no solo transmitimos esta información de manera oral, sino también a través de la comunicación no verbal, con nuestra postura corporal, la expresión facial, etc. Por lo tanto, las personas actuarán en consecuencia de lo que se les transmita, por ejemplo, consolando a una persona que se muestra triste o alejándose de alguien que está enfadado. Autores como Izard (1989) señalan una serie de subfunciones sociales de las emociones como: el facilitar la interacción social, controlar la conducta de los demás, permitir la comunicación de los estados afectivos y promover la conducta prosocial.

- ***Función motivacional***

La relación que se establece entre emoción y motivación es bidireccional, ya que ambas se retroalimentan constantemente. Así pues, se podría señalar que toda conducta motivada produce una reacción emocional y, una emoción facilita la aparición de unas conductas motivacionales y no otras. Lo que haría la emoción sería *energizar* la conducta motivada y esta se realizaría de manera más vigorosa. Además, en esta función existen dos dimensiones principales de la emoción: dirección e intensidad de la reacción afectiva.

En conclusión, las emociones se entienden como un mecanismo a través del cual se pueden evaluar diferentes situaciones, a la vez que tomar decisiones acerca de lo que es apropiado o no en cada una de ellas. Por tanto, teniendo en cuenta sus tres funciones, las podemos considerar relevantes para el desarrollo de las personas, puesto que facilitan la adaptación al medio, motivan la conducta y favorecen las relaciones interpersonales.

2.1.1.2. CLASIFICACION DE LAS EMOCIONES

Varios autores han intentado desarrollar una categorización de las emociones, no obstante, hoy en día no se ha llegado a aceptar una única clasificación de las mismas ni se ha llegado a un acuerdo sobre unas emociones básicas. Goleman (2001: 419) asegura que “la verdad es que en este terreno no hay respuestas claras y el debate científico sobre la clasificación de las emociones aún se halla sobre el tapete”.

Del Barrio (2002) señala que, por una parte, hay autores que establecen sólo dos emociones básicas, como son el amor y el odio, y que el resto de las emociones surgen a partir de ellas. Por otra parte, indica que hay otros autores que identifican hasta ocho emociones básicas, como Plutchik (1980) el cual creó además la Rueda de las Emociones (*Véase Anexo 1*).

Una de las clasificaciones que más se ha empleado ha sido la de distinguir entre emociones básicas y emociones complejas o secundarias. Tras realizar varios estudios, Ekman (1992) descubrió que existían rasgos expresivos faciales de algunas emociones que eran comunes y reconocidas por personas de distintas culturas, lo que le llevó a señalar a estas emociones como universales e innatas y las denominó “básicas”. Así, las emociones propuestas por este autor son seis: ira, miedo, asco, tristeza, alegría, sorpresa.

Vivas, et al. (2007) comparten las ideas de Ekman e indican que, aunque se usen diferentes conceptos para describir una emoción determinada, la expresión facial es la misma en todas las culturas, lo que les hace llegar a la conclusión de que estas no son aprendidas, sino que forman parte de la configuración del ser humano. Al mismo tiempo, cabe señalar que, a través de la combinación de los rasgos de las emociones

básicas, tendrían lugar las emociones complejas, que no tendrían unas expresiones faciales universales.

Por otra parte, Jack et al. (2014) a partir de un estudio sobre las expresiones faciales que configuran las emociones, han afirmado que son cuatro las emociones básicas: tristeza, alegría, ira y miedo. Por lo que indican que el asco y la sorpresa, señaladas por Ekman, son variaciones de las dos últimas, el miedo y la ira.

Siguiendo esto y nombrando también a Ekman, Bisquerra (2016) propone una clasificación de las emociones por familias, en la que establece que dentro de cada familia hay un conjunto de emociones que tienen similitudes, lo que permite que se integren en el mismo grupo. No obstante, esta clasificación puede resultar compleja, por lo que Bisquerra (2009) establece tres criterios a seguir para realizar esa clasificación de las emociones: la *especificidad* a través de la cual se distinguen las emociones y se califican, asignando un nombre que permite diferenciarlas de las demás, la *intensidad* que es el grado con el que se experimenta cada emoción y, por último, la *temporalidad* con la que hace referencia a la duración de cada emoción.

Otra de las clasificaciones en la que coinciden gran parte de los autores es en la que se distinguen emociones positivas y negativas, siendo además ésta muy conocida por la mayoría de las personas, ya que es la que se suele utilizar cuando se les pide que hagan una clasificación de las mismas. Esta categorización la realizó Tomkins (1984, citado en Bisquerra, 2009), agrupando emociones como el interés, la sorpresa, o la alegría como positivas y el miedo, la angustia, la ira, la vergüenza y el asco como negativas.

Las emociones positivas y negativas están relacionadas entre sí e incluso se complementan, dando lugar a que ambas tengan la misma importancia en nuestro desarrollo y supervivencia. Así mismo, las emociones negativas (asco, tristeza, miedo, culpa, celos, ira, etc.) se asocian a tendencias de respuesta específicas en situaciones concretas, por lo que, por ejemplo, cuando una persona siente miedo ante algo o alguien, tiende a huir, cuando se siente triste la puede llevar a llorar, etc. Por otra parte, cuando una persona experimenta alguna emoción positiva (amor, alegría, felicidad,

afecto, etc.), sus posibles opciones de respuesta para cada situación son más ambiguas e inespecíficas. En el caso de sentir alegría, por ejemplo, una persona puede reírse, dar saltos, gritar, bromear, etc. mostrándose así, más creativa en sus acciones y actitudes (Vecina, 2006)

Sin embargo, Lázarus (1991, citado en Bisquerra, 2009) añade otra categoría a la de Tomkins, y clasifica las emociones en positivas, negativas y ambiguas, ordenándolas según la valoración del estímulo que las ocasiona. De esta forma, las emociones negativas son el resultado de acontecimientos valorados como desfavorables con relación a los objetivos que queremos conseguir. Por el contrario, las emociones positivas se dan ante situaciones que se consideran favorables para la consecución de nuestros objetivos. Por otra parte, las emociones ambiguas, denominadas también *borderline* según este autor, son aquellas a las que les podemos asignar un valor u otro según las circunstancias, como, por ejemplo, la sorpresa, compasión, esperanza, etc.

2.1.2. MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

El término de “Inteligencia Emocional” (IE) ha ido evolucionando a medida que se le ha dado más importancia a las emociones y las investigaciones en este campo avanzaban. Muchos han sido los autores y profesionales de distintas ramas que a lo largo de la historia han intentado dar una definición de este concepto lo más completa posible, sin embargo, hoy en día se siguen encontrando diferentes opiniones al respecto.

Numerosos artículos y autores, como Trujillo y Rivas (2005), citan a Thorndike (1920) al proponer la idea de la existencia de una inteligencia social como el desencadenante de lo que hoy conocemos como IE. Siguiendo a este, Gardner (1983) con la publicación de *Frames of Mind*, fue quien cambió la idea preconcebida que se tenía sobre la inteligencia, pasando a definirla como “una habilidad para resolver un problema o producir un producto valorado en por lo menos un contexto cultural” (p. 323). Gardner expone su Teoría de las Inteligencias Múltiples, mediante la que propone que la vida humana requiere del desarrollo de varios tipos de inteligencias. No obstante, de todas las inteligencias propuestas por este autor, dos de ellas, la inteligencia interpersonal y la intrapersonal son las que nos interesan en este tema, ya que, están

las dos muy relacionadas con la inteligencia social de Thorndike, llegando también a estructurar el concepto de IE (Fernández-Rodríguez, 2013).

De esta manera, como señalan Mestre y Berrocal (2009) para poder comprender el término de IE es fundamental atender a los dos conceptos por los que está compuesto, inteligencia y emoción, y establecer una relación entre ambos. El concepto fue propuesto por Salovey y Mayer (1990), los cuales lo crearon tomando como referencia las inteligencias propuestas por Gardner. Sin embargo, fue Goleman (1995) quien difundió el término a través de su obra dirigida al mundo empresarial, *Emotional Intelligence*.

Existen diferentes maneras de entender la IE, pero la categorización conceptual más admitida distingue entre dos modelos; “modelos mixtos” (Bar-On, 1997 o Goleman, 1995) basados en rasgos estables de personalidad, competencias socio-emocionales y habilidades cognitivas y “modelos de habilidad” (Mayer y Salovey, 1997) basados en el procesamiento de información centrado en las habilidades emocionales básicas (Jiménez y López-Zafra, 2009).

2.1.2.1. MODELOS MIXTOS

La visión de los modelos mixtos es más general y también más indefinida, puesto que sus modelos están centrados en rasgos de comportamiento que son estables, y, también en variables de personalidad, como, por ejemplo: la empatía, la asertividad, la impulsividad, etc. (Fernández-Berrocal y Ruiz, 2008).

- **Modelo Goleman**

Goleman hace referencia a la existencia de un Cociente Emocional (CE) que se complementa con un Cociente Intelectual (CI), manifestándose la relación entre ambos en las interrelaciones que se producen. A este modelo de IE se le denominó “el modelo de competencia” entendiéndose como tal las conductas observables y no observables que tienen las personas (García y Giménez-Mas, 2010). De esta manera, el autor define la IE como “la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, para motivarse y gestionar la emocionalidad en nosotros mismos y en las relaciones interpersonales” (Goleman, 1998, p. 98).

Los componentes que constituyen la IE según Goleman (1995) son:

- Conciencia de uno mismo: Comprender nuestros propios estados internos, los recursos e intuiciones.
- Autorregulación: Es el control de nuestros estados, impulsos y recursos internos propios.
- Motivación: Se explican como tendencias emocionales que guían o que facilitan el logro de objetivos.
- Empatía: Conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas.
- Habilidades sociales: Aptitud para inducir respuestas deseables en los demás de manera positiva.

- ***Modelo Bar-On***

El modelo de Bar-On (1997), hace referencia a la IE como “un conjunto de capacidades no cog-nitivas, competencias de habilidades aprendidas que influyen la calidad de los individuos para enfrentar eficazmente las demandas y presiones del ambiente.” (p. 17) (Mejía, 2012). Es decir, hace referencia a las competencias sociales necesarias para desenvolverse en la vida (García y Giménez-Mas, 2010).

El modelo se compone de diferentes aspectos relacionados con la personalidad:

- Componente intrapersonal: autoconciencia emocional, asertividad, autoestima, autorrealización e independencia.
- Componente interpersonal: empatía, relaciones interpersonales, responsabilidad social.
- Componente de adaptabilidad: solución de problemas, prueba de realidad, flexibilidad.
- Gestión del estrés: tolerancia al estrés, control de la impulsividad.
- Estado de ánimo general: felicidad, optimismo.

2.1.2.2. MODELOS DE HABILIDAD

Estos modelos son los que fundamentan el constructo de IE en habilidades para el procesamiento de la información emocional, por lo que no incluyen componentes relacionados con la personalidad. Según estos modelos, existen unas habilidades cognitivas para expresar y manejar las emociones de una manera inteligente y con la finalidad de lograr el bienestar (Fernández-Berrocal y Ruiz, 2008).

- **Modelo Salovey y Mayer**

La definición que proponen Salovey y Mayer (1990, p. 189) de IE es la de “la habilidad para regular los sentimientos y las emociones propios de uno y los de otros, discriminar entre ellos y usar esta información para guiar el pensamiento y la acción de uno”.

Según este modelo, la IE se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas, que son:

La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. (Mayer & Salovey, 1997, p. 4).

Estas cuatro habilidades están organizadas jerárquicamente comenzando desde los procesos psicológicos más básicos hasta los que son más elevados. Además, las cuatro ramas incluyen diferentes estadios de habilidad que se desarrollan de manera secuencial, siendo las primeras que se nombran las que surgen más temprano (Mestre y Fernández, 2007).

En la *Tabla 1* se presenta un esquema de Mayer y Salovey (1997) con las cuatro ramas del modelo.

Tabla 1: Modelo de cuatro ramas de la inteligencia emocional

INTELIGENCIA EMOCIONAL	REGULACIÓN DE LAS EMOCIONES			
	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos como negativos.	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia	Habilidad para regular nuestras emociones y la de los demás sin minimizarlas o exagerarlas
	COMPRESIÓN Y ANALISIS DE LAS EMOCIONES: CONOCIMIENTO EMOCIONAL			
	Habilidad para designar las diferentes emociones y reconocer las relaciones entre la palabra y el propio significado de la emoción.	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen.	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio.	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros.
	LA EMOCIÓN FACILITADORA DEL PENSAMIENTO			
	Las emociones facilitan el pensamiento al dirigir la atención a la información importante.	Las emociones pueden ser una ayuda al facilitar la formación de juicio y recuerdo respecto a emociones.	Las variaciones emocionales cambian la perspectiva fomentando la consideración de múltiples puntos de vista.	Los diferentes estados emocionales favorecen acercamientos específicos a los problemas.

PERCEPCIÓN, EVALUACIÓN Y EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES				
	Habilidad para identificar nuestras propias emociones.	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... A través del lenguaje, sonido...	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a los mismos.	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas

Fuente: Mestre y Fernández (2007), p. 70.

A continuación, a partir de las aportaciones de Fernández y Extremera (2005) y Mestre y Fernández (2007), se detallarán cada una de las ramas:

- **La percepción emocional**

La percepción emocional es la habilidad a través de la cual se pueden identificar y reconocer las propias emociones y sentimientos, así como los de aquellas personas que están a nuestro alrededor. Para ello, hay que prestar atención y comprender las señales emocionales que se transmiten a través de la expresión facial, movimientos, postura corporal, tono de voz, etc. Asimismo, las personas con altas habilidades de percepción emocional son capaces de distinguir entre expresiones precisas o deshonestas, por lo que pueden identificar si una persona está verbalizando lo mismo que está sintiendo.

Por otra parte, se desarrolla la habilidad de expresar emociones y las necesidades relacionadas con los sentimientos, ya que conocen cómo manifestarlo.

- **Facilitación emocional del pensamiento**

Implica la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando se razona o se solucionan problemas, es decir, se centra en cómo las emociones afectan al sistema cognitivo focalizando la atención en la información más importante.

Además, en función de los estados emocionales que se vivencien, los puntos de vista de los problemas cambian, incluso mejorando el pensamiento creativo. Es decir, esta habilidad plantea que las emociones actúan de forma positiva sobre el razonamiento y la forma de procesar la información.

- **La comprensión emocional**

Implica la capacidad para comprender emociones empleando el conocimiento emocional, al igual que la habilidad para etiquetar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan cada una de ellas, siendo capaz de establecer relaciones de similitud y diferencia entre las mismas. A pesar de que el conocimiento emocional se inicia en la infancia, este se desarrolla a lo largo de los años, lo que permite interpretar los significados que las emociones conllevan respecto a las relaciones, como, por ejemplo; el miedo cuando nos sentimos amenazados.

Por otra parte, también se puede encontrar la habilidad para comprender sentimientos simultáneos y contradictorios, por ejemplo, la admiración como combinación de miedo y sorpresa. Finalmente, a medida que una persona se desarrolla, esta progresa en el razonamiento sobre las secuencias de emociones y desarrolla la habilidad para reconocer las transiciones entre emociones, como puede ser pasar de la ira a la satisfacción o a la vergüenza.

- **La regulación emocional**

Esta dimensión es la última y más compleja de la IE y está relacionada con la habilidad de regular de manera consciente las emociones con el objetivo de fomentar el crecimiento emocional e intelectual. Por ello, incluye la capacidad de experimentar sentimientos positivos y negativos y reflexionar sobre ambos, para así, atraer o distanciarse reflexivamente de una emoción dependiendo de su información o utilidad. También incluye la capacidad de regular las emociones en relación a uno mismo y a las de los demás, abarcando de esta manera el manejo de nuestro mundo intrapersonal y también el interpersonal. Finalmente, una de las cualidades más importantes de esta rama es que hay que entender las emociones tal cual son, es decir, sin exagerar o restar su importancia.

El desarrollo de las cuatro dimensiones comentadas es gradual y, por lo tanto, para obtener unos aprendizajes es necesario tener la base de los anteriores. En consecuencia, diferentes autores (Bisquerra, 2009; Fernández y Extremera, 2008) han señalado que para diseñar un programa de Educación Emocional es esencial comenzar por la primera de las ramas, es decir, la percepción o conciencia emocional, para así, ir alcanzando de una manera progresiva las demás hasta llegar a la regulación emocional, siendo esta la destreza que más conocimiento y práctica necesita.

Por otra parte, a partir de este momento, únicamente se tendrán en cuenta tres de las cuatro ramas: “Percepción de la emoción, comprensión de la emoción y regulación de la emoción”, excluyendo así la segunda “la emoción para facilitar el pensamiento”. Esto se debe a la falta de metacognición en los niños a los que va enfocado el TFG, ya que a la edad de 5 años estos todavía no son capaces de autorregular sus procesos de aprendizaje y tener una elevada conciencia de sus procesos cognitivos.

2. 1. 3. DESARROLLO EMOCIONAL

Ibarrola (s.f.) define el desarrollo emocional o afectivo como “el proceso por el cual el infante construye su identidad, su autoestima, su seguridad y la confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea [...] ubicándose a sí mismo como una persona única y distinta” (p.1). Es un proceso complejo en el que se ven implicados diferentes aspectos, tanto conscientes como inconscientes, a través de los cuales se pueden identificar emociones, expresarlas, controlarlas, etc. (Ibarrola, s.f.).

Para poder comprender el desarrollo emocional de los infantes, se realizará una aproximación a los aspectos psicoevolutivos relacionados con la IE, concretamente a los vinculados con tres de las ramas del modelo expuesto por Mayer y Salovey (1997). Además, esta información facilitará la comprensión de la evolución de las emociones en los niños y, por tanto, a conocer cómo se puede potenciar el desarrollo de las competencias emocionales.

- **Aspectos psicoevolutivos de la percepción y expresión emocional**

La percepción emocional se hace evidente desde que las personas nacen (Scharfe, 2000). Las expresiones faciales de emociones cobran gran importancia en la interacción con otras personas, ya que éstas revelan estados mentales específicos a través de la comunicación no verbal. Los seres humanos tienden a proyectar sus emociones y a percibir las por el canal facial mejor que por cualquier otro, incluso por encima de la comunicación verbal. De esta forma, Ekman (1985) afirma que “la cara es la carta de la presentación”. Por ejemplo, cuando por diferentes canales se transmiten mensajes inconscientes (emoción facial positiva con un mensaje verbal negativo), la información facial tiene más peso (Iglesias-Hoyos, et al., 2016).

Además, según diferentes estudios, la habilidad para reconocer la emoción de las expresiones faciales parece innata. Las personas desde que nacen les llama más la atención la cara que cualquier otro estímulo complejo y, es alrededor de los tres años de edad cuando los niños comienzan a ser capaces de discriminar diversas expresiones faciales, copiarlas y percibir su significado emocional (Mestre y Fernández, 2007).

En cuanto a la habilidad de expresión, desde el nacimiento las personas tienen la capacidad de imitar las expresiones emocionales de los adultos que tiene a su alrededor. En cambio, en relación a la expresión de sus propias emociones, hay niños que a los dos años ya pueden sentir sentimientos de vergüenza o culpa debido a su recién estrenada identidad. Por otra parte, la expresión de las emociones secundarias y su reconocimiento consciente se desarrolla entre los 5 y 8 años (Mestre y Fernández, 2007).

- **Aspectos psicoevolutivos de la comprensión emocional**

La comprensión de las emociones está incluida en un nivel de conciencia emocional amplio, el cual conlleva una organización conceptual de la emoción para explicar la variabilidad de fenómenos que muestran alguna analogía con la misma.

La conciencia emocional es la destreza para reconocer y explicar las propias emociones y las del resto lo que permite que dependiendo de sus diferencias individuales se reflejen diversos grados de diferenciación e integración para procesar información emocional (Lane y Schwartz, 1987).

En cuanto a la comprensión de emociones, uno de los componentes que lo permite es el lenguaje, ya que a través de la etiquetación de las emociones se mejora su comprensión y la interacción con las personas, pues esto les permite entender cómo se sienten ellos mismos y el resto. El desarrollo de esta habilidad emocional se manifiesta desde los dos años a través del uso del vocabulario para describir emociones básicas y se va incrementando a partir de los tres.

Conforme las habilidades lingüísticas y cognitivas se van desarrollando y van madurando, los niños están más capacitados para comprender de manera coherente tanto sus propios sentimientos como los de las personas de su entorno. Alrededor de los seis años, los niños tienen un pensamiento más centrado en sí mismos, y para evaluar que algo es bueno o malo se ven influidos por la comprensión de emociones básicas y secundarias.

- **Aspectos psicoevolutivos de la regulación emocional**

Para poder regular las emociones hay que empezar con la percepción de las mismas, y una vez comprendidas obtendremos la información necesaria para regular los procesos emocionales. Diferentes autores indican que los niños desde edades tempranas aprenden a regular las emociones (Sroufe, 1996; Thompson, 1990).

Greenberg y Paivio (2000, citado en Mestre y Fernández, 2007) señalan diferentes pasos para llegar a la regulación de las emociones.

-El primer paso para la regulación del afecto lo constituye “el proceso mediante el cual los procesos afectivos neuroquímicos básicos, la actividad fisiológica y los procesos expresivos motores quedan integrados en un patrón coherente” (p. 167).

-El segundo nivel para estos autores implica “un proceso de autoorganización”, mediante el cual los niños desarrollan sus propias experiencias emocionales, que puede ser aceptándolas o no y reconociéndolas o no. Además, es fundamental que los niños sean conscientes de sus emociones, sepan diferenciarlas, reflexionar sobre ellas y expresarlas, permitiéndole de esta manera organizarlas

y, en consecuencia, desarrollar su habilidad para relacionarse consigo mismo y con los otros.

-El tercer nivel es la regulación de la expresión de la emoción, que ocurre cuando “el niño es capaz de simbolizar la experiencia afectiva primitiva dentro de la propia visión de sí mismo y se la ha regulado de este modo” (p. 168). Para ello, resulta imprescindible que los niños sepan aprender a expresar las emociones y poder elegir cuándo, sin que sean las propias emociones las que controlen nuestras conductas.

Finalmente, Greenberg y Paivio (2000), señalan que la clave para regular las emociones está en conseguir un equilibrio entre experiencia y expresión de estas.

Los niños entre los 3 y 5 años de edad utilizan como estrategia de distracción el juego, ya que en él van introduciendo diferentes normas a la hora de demostrar los sentimientos y las emociones. En consecuencia, algunos niños consolidan la habilidad para controlar la expresión de emociones negativas cuando están en desacuerdo con otras personas.

También se pueden encontrar otros modelos de desarrollo, como el que propone Del Barrio (2005). A continuación, se presenta la *Tabla 2*, dónde aparece recogido el planteamiento de la evolución emocional infantil según este autor:

Tabla 2: Resumen de la evolución emocional infantil

Edad	Experiencia, reconocimiento
0-12 meses	Experiencia de emociones primarias o básicas
6-12 meses	Reconocimiento de la expresión de emociones básicas en personas adultas que les cuidan
18-24 meses	Experiencia de emociones secundarias
2-3 años	Etiquetado verbal de emociones básicas

2-4 años	Reconocimiento del estado de ánimo propio
4-5 años	Reconocimiento de eventos activadores de emociones propias
6-7	Reconocimiento discriminante de emociones propias y ajenas
7 años	Conocimiento de las emociones propias y ajenas totalmente establecido
6-10 años	Metacognición de la emoción

Fuente: Del Barrio (2005, p. 79).

2.1.4. BENEFICIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

La IE no pretende solamente acumular emociones, sí no que a través de esta también se procura dirigir las y equilibrarlas. Esto es algo que no se consigue en un breve periodo de tiempo, sino que es esencial trabajarlo de una manera constante y colaborativa desde edades tempranas, siendo fundamental que esto se realice en la escuela y en la familia (Caballero, 2011). Además, a través de la IE se pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como algo esencial en el desarrollo de las personas. De esta manera, Bisquerra (2007) señala que la adquisición de estas competencias va a favorecer las relaciones interpersonales y sociales, a contribuir de forma positiva a la resolución de conflictos, así como a obtener una adecuada salud física y mental y, en consecuencia, una mejora del rendimiento académico.

Las emociones y la inteligencia suelen ser vistas por la mayoría de las personas como incompatibles, al considerar que las primeras alteran a la segunda. Sin embargo, diferentes estudios, como exponen Fernández y Montero (2016), han afirmado que estas son compatibles y que existe un equilibrio entre ambas, ya que a través de las emociones se promueve el pensamiento al ayudar a centrar la atención o facilitar la adaptación. De este modo, se ha demostrado que las interacciones entre las dos son

continuas, por lo que el desarrollo de la IE es beneficioso para el desarrollo de la inteligencia académica.

En otros estudios, como en el realizado por Shipley, Jackson y Segrest (2010) se indica que varias de las dimensiones de la IE están relacionadas con un mayor rendimiento y éxito académico, dando lugar a que a medida que se logren tareas escolares, los niños ganarán confianza en sí mismos y se motivarán más, volviéndose así más inteligentes emocionalmente. Asimismo, autores como Bueno (2017) indican que si un aprendizaje tiene componentes emocionales el cerebro lo interpretará como algo importante y, por lo tanto, lo almacenará y permitirá que se utilice con gran eficacia. Por el contrario, el cerebro no encuentra ninguna utilidad en guardar esa información y, en consecuencia, se olvida de ella con rapidez.

En este sentido, Bisquerra (2016) indica que los docentes deben atender a las emociones y sentimientos de los niños, comprenderlos y trabajar la regulación, siendo necesario para ello crear un clima emocional positivo en el aula, por lo que indica que “el clima del aula y el clima del centro son una consecuencia de las emociones que viven las personas en un contexto educativo y que tiene repercusiones en el proceso de aprendizaje y en el rendimiento académico” (p. 20).

Por otra parte, Extremera y Fernández (2004), dejan ver la importancia de la identificación de las emociones para el desarrollo de las personas, señalando que, para poder llegar a comprender los sentimientos de los demás, debemos aprender antes a entender los nuestros. Si una persona es capaz de reconocer qué cosas o personas causan unos sentimientos determinados, cuáles son sus necesidades, qué pensamientos generan unas emociones, etc. tendrá más facilidad para relacionarse y comprender a los demás.

Además, el trabajar la IE en la escuela no influye solamente en el bienestar personal, sino que también hace que sea menos frecuente que las personas se involucren comportamientos o conductas de riesgo, como pueden ser los conflictos, la violencia, el consumo de drogas, etc. (Fernández y Montero, 2016). Igualmente, esto lo afirman otros autores como (Fernández y Extremera, 2009), los cuales, además, han

analizado según diferentes investigaciones que las personas que cuentan con una mayor IE suelen presentar menos estados emocionales negativos.

Por otra parte, diferentes investigaciones han aportado evidencias de que la IE está relacionada con las emociones positivas y el bienestar psicológico y, tal como afirman Fernández y Extremera (2009) “la gestión inteligente de nuestras emociones y la felicidad van unidas en muchos asuntos de la vida cotidiana” (p. 104). Por todo ello, es esencial tener en cuenta que desde un ambiente escolar positivo se puede promover la felicidad y el bienestar para el desarrollo integral de los alumnos.

Finalmente, después de la revisión de diferentes aportaciones de autores, se puede concluir que la IE cuenta con diversos beneficios a largo y a corto plazo para las personas. Según otros autores como son: incrementar su nivel de autoconocimiento, aprender a gestionar sus emociones, construir relaciones positivas con los demás, desarrollar la empatía, tener la capacidad de resolución de conflictos de manera adecuada, etc.

2.2. EDUCACIÓN EMOCIONAL

2.2.1. CONCEPTO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

Tener en cuenta la IE desde edades tempranas conlleva muchos beneficios para el desarrollo integral de los niños y, para poder desarrollarla y mejorarla resulta fundamental trabajar en ello, siendo esto posible a través de la Educación Emocional (EE).

Diversos psicólogos y pedagogos descubrieron hace tiempo que la educación no debe basarse exclusivamente en objetivos disciplinares y académicos, sino que en ella también es esencial darle importancia a la sensibilidad, la afectividad y al mundo sentimental de los infantes. Las emociones están presentes en la vida cotidiana de los niños, influyendo en su comportamiento y en su desarrollo personal y social, por lo que no se deben dejar de lado en la escuela (Caballero, 2011).

Bisquerra (2003), es uno de los autores más relevantes en el ámbito de la Educación Emocional, y este señaló que:

La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, puesto que debe estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida. La educación emocional tiene un enfoque del ciclo vital. A lo largo de toda la vida se pueden producir conflictos que afectan al estado emocional y que requieren una atención psicopedagógica. (p.27).

El objetivo principal de la educación es conseguir en los niños un desarrollo integral en su personalidad, para lo que es necesario desarrollar competencias emocionales y darle importancia a cómo se procesan las emociones, cómo evolucionan, cómo se expresan, cómo se controlan, etc. Una competencia es “la capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia.” (Bisquerra y Pérez, 2007, p. 63).

En este sentido, para Bisquerra (2000), algunos de los objetivos de la Educación Emocional son los siguientes:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
- Prevenir efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar habilidades para genera emociones positivas.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.
- Desarrollar la habilidad de auto motivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir.

Educar emocionalmente significa quererse y aceptarse uno mismo, tener la capacidad de reconocer y regular nuestras propias emociones, empatizar con otras

personas, etc. Todo ello, buscando una relación entre lo que somos y lo queremos llegar a ser en un futuro. Para trabajar la educación emocional es imprescindible fomentar en los niños una relación entre pensamiento, emoción y acción (López Cassà, 2005).

Por otra parte, con la finalidad de comprender la importancia que se le otorga a las competencias emocionales en el currículo de Educación Infantil, se analizará la legislación relativa a esta etapa. En la ley educativa vigente La Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE, 2013) se puede encontrar alguna relación con la Educación Emocional cuando hace referencia al desarrollo integral del alumnado o a la construcción de la identidad individual. En cambio, a lo largo del documento no aparece la palabra “emoción” ni ninguno de sus derivados, como puede ser “educación emocional”, “inteligencia emocional” o “competencias emocionales”. Siendo esto un indicador de la importancia que se le asigna a la educación emocional.

Sin embargo, en la actualidad, con la publicación de la nueva ley, la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, se han revertido los cambios en la Ley de Educación de 2006 promovidos en 2013 por la LOMCE, ya que esta se deroga. En esta nueva ley, conocida como Ley Celaá, se hace alusión a la “gestión emocional” y al “desarrollo afectivo y emocional”, ambos relacionados con la EE. De igual manera, se establece que los métodos de trabajo en Educación Infantil se basarán en experiencias de aprendizaje emocionalmente positivas y, también, que las actividades y juegos se llevarán a cabo en un ambiente de afecto.

Asimismo, en relación al Decreto 79/2008, de 14 de agosto por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Cantabria, se pueden encontrar diferentes objetivos y fines relacionados con la Educación Emocional. Además, el Decreto está organizado en tres diferentes áreas: *Conocimiento de sí mismo y autonomía personal*, *Conocimiento del entorno*, y *Lenguajes: Comunicación y representación*. y dentro de cada una de ellas se mencionan diversos aspectos relacionados con las emociones, tanto en sus objetivos como en sus contenidos.

En consecuencia, a todo lo comentado, se ha demostrado que la Educación Emocional se debe ofrecer desde edades tempranas, ya que desde que son pequeños se les puede brindar orientaciones con el objetivo de que adquieran capacidades y habilidades relacionadas con las emociones. De esta manera, conforme se vayan desarrollando, estos serán capaces de valorar sus propias emociones, las emociones que sienten los demás y, también, obtendrán un cierto grado de competencia en cuanto a la regulación de las mismas y la toma de decisiones (Bisquerra, 2009).

2.2.2. EFICACIA DE LOS PROGRAMAS DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

Los programas universales de Educación Emocional y Social (SEL) son programas escolares orientados a aprender diferentes conocimientos, actitudes y habilidades para poder reconocer y manejar emociones, conseguir objetivos positivos, mostrar interés y preocupación por otras personas, establecer relaciones positivas y relaciones interpersonales (Durlak, 2011).

Durlak (2011) hace un meta-análisis de los programas de Educación Emocional y Social en los que han participado niños y adolescentes para valorar su eficacia y analizar su influencia. Para realizar esta investigación han recogido datos sobre 213 intervenciones realizadas a nivel mundial a personas entre un rango de edad de 4-5 años a 17-18, con la finalidad de evaluar si se puede aumentar su nivel de adaptación, bienestar y desarrollo académico.

El autor afirma que los resultados con los que se han encontrado al realizar el estudio han sido positivos. Los programas se implantaron con alumnos de diferentes cursos, nacionalidades y culturas, y en centros ubicados en zonas tanto urbanas como rurales, lo que ofrece una amplia visión de los resultados. A través de este se ha demostrado que los participantes del programa habían aumentado sus conductas prosociales y sus competencias y actitudes emocionales y sociales. Asimismo, han demostrado niveles inferiores en cuanto a problemas conductuales y malestar emocional, y, por el contrario, un aumento en su rendimiento académico.

En consecuencia, se han establecido cuatro elementos en común que debe tener un programa para que se considere efectivo y desarrolle habilidades:

- Utilizar una serie de sesiones cuidadosamente secuenciadas para desarrollar habilidades de un modo gradual.
- Hacer hincapié en las formas activas de aprendizaje, en cuya virtud se solicita a los alumnos que practiquen sus nuevas habilidades y se califica su actuación.
- Dedicar tiempo y atención exclusivos y adecuados para la formación en habilidades.
- Marcar como objetivo la enseñanza de habilidades concretas, de manera que los alumnos sepan qué se espera de ellos.

A partir de todos los resultados obtenidos, se ha demostrado la eficacia de los programas SEL, ya que se ha confirmado que los procesos de desarrollo emocional, social y académico guardan relación entre ellos, y, por lo tanto, son beneficiosos para la educación.

2.2.3. LAS ARTES PLÁSTICA COMO RECURSO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

Autores como Palacios (2010) señalan que una de las estrategias para desarrollar y trabajar la educación emocional en un aula está relacionada con el arte.

El arte es un recurso a través del cual se pueden expresar las emociones de manera libre y creativa, y, también es un medio de comunicación con otros individuos, ya que es una herramienta mediante la cual transmitir diversas emociones, ideas, sentimientos, etc., lo que permite conocer las emociones propias y las de otros.

Autoras como García (2012) definen el arte como:

una forma de expresión, en ocasiones puramente estética, en otras provocadoras, para ejercer en el espectador un sentimiento, una emoción, en otros casos el arte se convierte en una herramienta de protesta, otras en el reflejo de una realidad económica, social, política, también puede mostrarnos un

reflejo de la personalidad del artista, de sus miedos, inquietudes, fantasías, etc. (p.3).

El arte, por lo tanto, es un gran recurso para aprender, por lo que Bellocq & Gil (2010) indican que “es imprescindible que la escuela incluya y desarrolle prácticas creativas a partir de situaciones que activen la imaginación del niño y le permitan ejercer su capacidad de invención y enriquecer sus formas de expresión” (p. 18).

Asimismo, Vivas et al. (2007) indican que el arte es una herramienta mediante la cual se puede trabajar la exploración, evocación y expresión de las emociones, ya que a través de cualquiera de sus manifestaciones se puede tener acceso al mundo sentimental y, en consecuencia, al manejo tanto de las emociones propias como las de los demás.

De la misma manera, De la Torre (2000) indica que las artes son un recurso con el que se pueden vivenciar y educar las emociones, puesto que a través de estas se pueden desarrollar habilidades emocionales y, por lo tanto, estas se pueden identificar, reconocer, analizar, comprender, expresar, etc. Utilizar cualquiera de las disciplinas artísticas como medio de expresión puede ayudar a conocerse a sí mismo y, también, a que las personas de su alrededor le conozcan, puesto que a través de una obra se pueden reflejar y comunicar los sentimientos del autor. Al mismo tiempo, cuando alguien realiza una obra, además de poder expresarse, también busca generar emociones en las personas que disfruten de sus creaciones, fomentando así las reacciones emocionales y, desarrollando, por lo tanto, una mejora de las habilidades sociales (MundoArti, 2016).

De esta forma, si profundizamos un poco más en el arte, y concretamente, en las artes plásticas, se puede indicar que estas son un medio que permite expresar las emociones de forma creativa mediante la pintura, el dibujo, el modelado, etc. En la actualidad, el arte plástico está caracterizado por incluir obras de arte en las que sus objetos finales son tangibles, es decir, que son reales y que se pueden ver y tocar (EcuRed, 2016).

Además, el lenguaje plástico tiene un sentido educativo en el que se destaca: la manipulación, experimentación y utilización de diversos materiales, objetos, texturas e instrumentos, etc.

Con las artes plásticas el pequeño también los utiliza para expresar sus sentimientos, según la intensidad de ellos, por los colores que emplea, por los rasgos o por los movimientos al pintar, también según lo que dibuja expresa sus vivencias, experiencias pasadas buenas o malas, demuestra con la posición con los gestos y movimientos corporales su felicidad o tristeza. (Ayala, 2016, p.5).

En definitiva, se puede conceptualizar las artes plásticas como un tipo de lenguaje en el que se hace uso de medios plásticos para poder expresarse y comunicarse de una manera creativa.

3. DISEÑO DE PROPUESTA DIDÁCTICA

A continuación, se desarrollan los apartados que conforman una propuesta didáctica de intervención, la cual consiste en un programa de Educación Emocional mediante la utilización de las artes plásticas como recurso. A lo largo de la misma, se desarrollarán un conjunto de actividades mediante las cuales se pueden trabajar aspectos relacionados con la IE contemplados en el marco teórico de este trabajo.

3.1. OBJETIVOS

El objetivo general de este programa es desarrollar la IE en los alumnos del 2º ciclo de Educación Infantil, concretamente, de 5 años, con la finalidad de que aprendan a identificar, expresar, comprender y regular las emociones, a través de las artes plásticas.

Los objetivos específicos que se quiere conseguir están basados en tres de las ramas del modelo de habilidad de Salovey y Mayer (1997):

- Percibir, evaluar y expresar las emociones.
- Comprender y analizar las emociones.

- Regular las emociones.

Además, estos objetivos están relacionados con una serie de objetivos del Decreto 79/2008, de 14 de agosto, en el que se recogen las enseñanzas mínimas que deben contemplarse en el segundo ciclo de Educación infantil. Estos están clasificados en tres áreas: Conocimiento de sí mismo y autonomía personal, Conocimiento del entorno y Lenguajes: Comunicación y representación, y, en cada una de ellas, se mencionan aspectos relacionados con la EE.

3.2. METODOLOGÍA

La metodología que se va a utilizar a lo largo de toda la propuesta didáctica está adaptada a la edad de los niños, a sus diferentes ritmos, intereses y necesidades, al respeto y a la libertad.

El medio más adecuado para que los niños disfruten de su proceso de enseñanza-aprendizaje y adquieran diferentes conocimientos es el juego (experimentar, aprender, manipular, investigar, explorar, etc.) por lo que las actividades plásticas que se realicen estarán basadas en el mismo. Además, se prestará atención y se cuidarán los diferentes tiempos, espacios y materiales, teniendo en cuenta y partiendo de la perspectiva del alumnado.

Principios metodológicos:

Para desarrollar la propuesta se deben tener en cuenta los principios metodológicos de la Educación Infantil, que son los siguientes:

- **La perspectiva globalizadora** es considerada la más idónea para tratar los diferentes contenidos y experiencias educativas a lo largo de la etapa, puesto que, durante la misma, el niño conoce y aprende de manera global. El principio de globalización implanta que el aprendizaje se crea al establecer múltiples conexiones entre los nuevos aprendizajes y los ya aprendidos.
- A través del **aprendizaje significativo** se dispone que los niños deben encontrar sentido a sus aprendizajes y esto se consigue proponiendo actividades que sean

motivadoras y vivenciales, para que, de esta manera, ellos puedan experimentar directamente las tareas de aprendizaje.

– En el **principio de actividad** los niños conocen la realidad cuando actúan sobre ella, es decir, cuando son ellos mismos los que observan, exploran, investigan, etc.

– El **juego** debe ser la base de todos los aprendizajes, ya que es la primera manifestación natural de la actividad del niño. A través de este se favorece la elaboración y desarrollo de estructuras de conocimientos y sus diferentes relaciones, ya que todo juego tiene dimensiones intelectuales, afectivas, sociales, psicomotrices, etc.

– La **enseñanza individualizada** permite que cada persona trabaje según sus ritmos, necesidades e intereses. La finalidad de esta es priorizar el desarrollo personal de cada uno de los alumnos, ayudando a su crecimiento y desarrollo global en los diferentes ámbitos: físico, intelectual, emocional, social, etc.

– Ha de **ser vivencial**, partiendo del contexto más inmediato de los alumnos y aprovechar las situaciones que se dan en la vida cotidiana.

– El **principio de socialización** hace referencia a los procesos para potenciar el desarrollo social de los alumnos dentro del grupo. A través de este el niño adquiere diferentes conductas adaptativas que le permiten actuar de manera eficaz en su entorno, por lo que es fundamental crear momentos de relación entre el grupo de iguales y con diferentes edades.

El aprendizaje, además de estar basado en los principios comentados, se verá promovido por un clima agradable, seguro y positivo en el aula. Esta propuesta está basada en las emociones, por lo que, si se crea un espacio agradable y caracterizado por el respeto, por tener tiempos y espacios flexibles, por la confianza, etc. se conseguirá una mayor participación y motivación por parte de los niños, ya que sentirán la posibilidad de expresarse libremente.

3.3. ORGANIZACIÓN

Tiempos

Las actividades comprendidas en esta propuesta se desarrollarán a lo largo de un mes, es decir, cuatro semanas, en las que se realizarán dos sesiones semanales el día que escoja la docente teniendo en cuenta los comportamientos o actitudes que observe en el alumnado. No obstante, no se puede olvidar que las emociones están presentes en el día a día y que se pueden trabajar de manera indirecta.

Además, las actividades a realizar están programadas en sentido gradual, comenzando por la percepción de las emociones, luego la expresión, posteriormente la comprensión y finalmente la regulación de las mismas.

SEMANA 1	Actividad 1: Monstruo de colores
	Actividad 2: ¿Cómo crees que estoy?
SEMANA 2	Actividad 3: Dado de las emociones
	Actividad 4: Música de colores
SEMANA 3	Actividad 5: Instalación artística
	Actividad 6: Collage de fotos
SEMANA 4	Actividad 7: La caja de la calma
	Actividad 8: ¿Cómo lo ves ahora?

Fuente: elaboración propia.

Cada una de las sesiones tendrá una duración variada, ya que se propondrán actividades que pueden durar alrededor de 20min y otras aproximadamente 45min. Sin embargo, la temporalización de las mismas no será específica, sino que contarán con

gran flexibilidad teniendo en cuenta los intereses y las necesidades que presenten los niños durante su desarrollo.

Materiales:

Los materiales que se utilizarán para el desarrollo de esta propuesta didáctica serán siempre materiales adaptados a la edad e intereses del alumnado, recursos motivadores que despierten su interés por manipularlos, experimentar con ellos y descubrir su utilidad. *Espacios:*

Para desarrollar la propuesta se hará uso de espacios amplios, luminosos y agradables, que generen un clima positivo y seguro en los alumnos para que se sientan cómodos y confiados a la hora de expresar y comunicar sus sentimientos y emociones. Las actividades que requieran de una comunicación entre todos los alumnos y la docente se realizarán en el lugar donde se lleva a cabo la asamblea, otras actividades se desarrollarán por diferentes espacios del aula creados por la docente y, finalmente, en otras se hará uso de otros espacios, como, por ejemplo, el patio, el hall, etc.

3.4. ACTIVIDADES

Las actividades que se van a desarrollar están divididas en tres fases, las cuales se corresponden a las ramas del modelo de IE propuesto por Salovey y Mayer (1997).

Actividad inicial

Se presentará el tema un día o un par de días antes de comenzar con la puesta en marcha de las actividades, durante la asamblea, siendo este un momento que posibilita la comunicación y participación de todos los alumnos, se hablará con los niños y se les motivará para que muestren interés y curiosidad por las emociones.

En primer lugar, se les dejará ver que estas están presentes en nuestra vida cotidiana y en todas las actividades que realizamos, para ello, la docente les puede ayudar poniéndoles diferentes ejemplos como: nos ponemos contentos al ver a las familias, nos enfadamos si alguien nos hace daño, nos pueden dar miedo las serpientes, etc.

A continuación, se les preguntará cómo se encuentran ese día, qué les hace sentir así, en que otras situaciones sienten lo mismo, si sienten la misma emoción a lo largo del

día, cómo lo podrían cambiar, etc. lo que permitirá tener en cuenta los conocimientos previos que tienen en cuanto al tema de las emociones.

FASE 1: PERCEPCIÓN, EVALUACIÓN Y EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES

ACTIVIDAD 1: MONSTRUO DE COLORES			
AGRUPAMIENTO	Gran grupo y pequeño grupo	TEMPORALIZACIÓN	30min
OBJETIVOS	<p>-Identificar y saber nombrar las emociones básicas.</p> <p>-Aprender y emplear vocabulario relacionado con el mundo de las emociones.</p>		
MATERIALES/ RECURSOS	<p>-Plastilina -Cartón -Etc.</p> <p>-Gomets -Pinturas de colores</p> <p>-Cartulina -Pompones</p> <p>-Papel celofán -Lana</p>		
DESARROLLO	<p>Durante la asamblea se leerá el cuento del “Monstruo de colores” para acercar a los alumnos a las diferentes emociones y se iniciará un debate en el que el docente tendrá el papel de guía. En éste se nombrarán las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, ira, asco y sorpresa) y se relacionará cada una de ellas con un color, tal y como se hace en el cuento, para que así, les resulte más fácil a los niños identificar cada una de ellas.</p> <p>Posteriormente, se realizarán seis grandes monstruos a partir de diferentes materiales, cada uno del color correspondiente a una de las emociones, con la finalidad de colocarlos en el aula y crear un Emocionómetro. A partir del mismo, cada uno de los niños tendrá la posibilidad de expresar cómo se siente de una manera gráfica, ya que colocará una pinza con su foto en el monstruo</p>		

	que represente su estado de ánimo. Además, este estará en un lugar de fácil acceso para que los niños puedan cambiar su foto en cualquier momento del día dependiendo de lo que vayan sintiendo a lo largo del mismo, lo que les ayudará a identificar sus diferentes emociones.
--	--

ACTIVIDAD 2: ¿CÓMO CREES QUE ESTOY?			
AGRUPAMIENTO	Pequeños grupos	TEMPORALIZACIÓN	20min
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> -Identificar e interpretar la expresión emocional que reflejan sus iguales. -Reconocer las expresiones faciales de las diferentes emociones. -Imitar y reproducir diferentes emociones a través del lenguaje facial y gestual. -Experimentar diferentes técnicas de expresión. 		
MATERIALES/ RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> -Plastilina -Espejos -Silueta de la cara -Imágenes de expresiones faciales. 		
DESARROLLO	<p>Antes de realizar la actividad se hará un breve repaso por las emociones y el color con el que identificamos cada una de ellas. Sentados en el suelo durante la asamblea, la docente mostrará a los niños unas imágenes, en las cuales aparece una persona realizando diferentes expresiones faciales relacionadas con cada una de las emociones básicas. Mientras tanto, la docente les hará diversas preguntas como “¿De qué tiene cara esta persona?”, “¿Qué crees que está sintiendo esta persona?” para ver si son capaces de identificar las emociones.</p>		

	<p>A continuación, les propondrá que sean ellos mismos los que imiten las expresiones faciales, ofreciéndoles la posibilidad de que se miren en el espejo mientras las realizan para que puedan observar los cambios en sus caras al representar cada una de ellas.</p> <p>Posteriormente, les planteará que se dividan en pequeños grupos y les entregará una silueta de una cara y plastilina de diferentes colores a cada uno de los equipos. Esta les explicará que uno de los integrantes tiene que reproducir la expresión facial de una emoción y el resto tiene que representarla en la silueta con la plastilina, teniendo en cuenta los colores de la emoción que les ha transmitido y los gestos faciales que ha realizado, como por ejemplo: cejas fruncidas cuando están enfadados, boca abierta cuando están sorprendidos, etc.</p>
--	---

ACTIVIDAD 3: DADO DE LAS EMOCIONES			
AGRUPAMIENTO	Gran grupo	TEMPORALIZACIÓN	20min
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> -Identificar las emociones que se pueden experimentar en situaciones determinadas. -Saber expresar y asociar emociones a situaciones vividas. -Reconocer los sentimientos propios y de los demás. 		
MATERIALES/ RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> -Dado de las emociones. -Pinturas de colores. -Folios o cartulinas. 		
DESARROLLO	Una vez recordadas las seis emociones básicas, el color con el que identificamos cada una de ellas y la expresión facial con la que la relacionamos, se explicará la actividad.		

	<p>En ella, los niños tendrán que tirar el Dado de las Emociones que se ha creado, y dependiendo de la emoción que le salga, este tendrá que pensar e identificar un momento o situación de su vida cotidiana que les provoque esa emoción. Asimismo, la docente les realizará preguntas para que les resulte más fácil relacionarlas con sus propias vivencias y experiencias.</p> <p>Finalmente, cada uno de los niños tendrá que realizar un dibujo representando una situación en la que sienta una emoción concreta.</p>
--	---

FASE 2: COMPRESIÓN Y ANALISIS DE LAS EMOCIONES: CONOCIMIENTO EMOCIONAL

ACTIVIDAD 4: MÚSICA DE COLORES			
AGRUPAMIENTO	Grupo 6-8 alumnos	TEMPORALIZACIÓN	40min
OBJETIVOS	<p>-Tomar conciencia de las posibilidades de las artes plásticas como instrumento de expresión y comunicación.</p> <p>-Comprender la transición de unos estados emocionales a otros.</p> <p>-Identificar las propias reacciones emocionales frente a los distintos estímulos</p>		
MATERIALES/ RECURSOS	<p>-Papel continuo blanco</p> <p>-Pinturas de colores</p> <p>-Pinceles</p> <p>-Diversidad de canciones y melodías</p>		
DESARROLLO	<p>Antes de presentar la actividad leeremos el cuento “Lola se va a África” en el que la protagonista va experimentando diferentes emociones a medida que avanza la historia. Posteriormente, en la actividad, uniremos la música, la</p>		

	<p>expresión artística y la educación emocional, ya que se ha demostrado que la música provoca emociones y sentimientos en las personas.</p> <p>Para realizar esta actividad no les daremos a los niños ninguna indicación, con la finalidad de no influir en ellos, solo se les presentarán los materiales y dejaremos que sientan y expresen emociones de manera libre, sin miedo a equivocarse. Asimismo, les propondremos diversas piezas musicales o canciones y dejaremos que expresen y pinten lo que les provocan. Para ello utilizaremos un espacio amplio, en el que tengan posibilidad de diversos movimientos, un gran papel continuo y pinturas de diferentes colores.</p>
--	---

ACTIVIDAD 5: INSTALACIÓN ARTÍSTICA			
AGRUPAMIENTO	Gran grupo	TEMPORALIZACIÓN	40min
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> -Percibir y comunicar distintas sensaciones y emociones a partir de la experimentación con los materiales diversos. -Desarrollar la creatividad y la imaginación. -Comprender las relaciones entre las emociones frente a una estimulación artística. 		
MATERIALES/ RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> -Luz ultravioleta -Material pintado con pintura fosforescente (cartones, papeles, figuras geométricas, etc.) -Globos fosforescentes -Papel blanco triturado -Botellas con luz flúor 		

DESARROLLO	<p>Las instalaciones artísticas permiten que los niños, a través del juego, se comuniquen, identifiquen sus emociones y las de los demás, expresen sus sentimientos, etc.</p> <p>En primer lugar, los niños observarán la instalación de luz ultravioleta preparada y podrán comentar lo que ven, lo que les sugiere, etc. Para, a continuación, adentrarse a explorar y manipular los materiales ofrecidos, experimentando a su vez diversidad de emociones y sensaciones. Luego se les mandará recoger y, posteriormente, se abrirá un debate en el que puedan comentar lo que han sentido, los sentimientos que han explorado, etc.</p> <p>Finalmente, tendrán que realizar un dibujo donde representen la experiencia vivida.</p>
-------------------	---

ACTIVIDAD 6: COLLAGE DE FOTOS			
AGRUPAMIENTO	Pequeños grupos	TEMPORALIZACIÓN	30min
OBJETIVOS	<p>-Utilizar las artes plásticas como un medio para expresar sentimientos y emociones.</p> <p>-Identificar y comprender las emociones de los demás.</p>		
MATERIALES/ RECURSOS	<p>-Cámara de fotos desechable</p> <p>-Fotografías</p>		
DESARROLLO	<p>Para realizar esta actividad, se dividirá el aula en pequeños grupos y se les entregará a los niños una cámara de fotos desechable, dándoles la completa libertad de fotografiar aquello que llama su atención o que les resulta interesante. Esta actividad se realizará a lo largo de una semana, en la que los grupos de niños llevarán la cámara encima a lo largo de la</p>		

	<p>jornada escolar y podrán realizar fotografías en cualquier momento.</p> <p>Posteriormente, cuando acaben el carrete, la docente revelará las fotos y las comentarán durante la asamblea, dejando ver a sus compañeros lo que han fotografiado, por qué ha llamado su atención, qué les ha hecho sentir, qué emoción les transmitía, etc.</p> <p>Finalmente, se creará un gran collage con todas las fotos.</p>
--	---

FASE 3: REGULACIÓN DE LAS EMOCIONES

ACTIVIDAD 7: LA CAJA DE LA CALMA			
AGRUPAMIENTO	Gran grupo	TEMPORALIZACIÓN	30min
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> -Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones. -Ayudar a reconocer y comprender las emociones de sus iguales. -Dotar de estrategias al alumnado para controlar sus impulsos y conseguir su bienestar. 		
MATERIALES/ RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> -Cuento “La tortuga” -Caja -Plastilina -Rotuladores y pinturas de colores -Pelota antiestrés -Mandalas para colorear -Etc. 		
DESARROLLO	<p>Para introducir la actividad la docente leerá el cuento “La Tortuga”, y posteriormente, comentarán la técnica de la tortuga, la cual sirve para trabajar el autocontrol emocional.</p>		

	<p>Asimismo, se abrirá un debate en el que los niños tendrán que comentar diferentes técnicas que creen que a ellos les funcionarían para autorregularse.</p> <p>A continuación, crearán y decorarán una caja, a la que denominarán “La Caja de la Calma” y dentro de ella introducirán diferentes objetos, materiales, juegos, cuentos, consejos, etc. que les ayuden a estar en calma, reducir el estrés, desarrollar la atención y la concentración...</p> <p>Finalmente, esta caja se colocará en un rincón del aula para que los niños puedan acudir a ella tras algún problema o situación que hayan experimentado y que les haya generado emociones como el enfado, rabia o frustración.</p>
--	---

ACTIVIDAD 8: ¿CÓMO LO VES AHORA?			
AGRUPAMIENTO	Individual	TEMPORALIZACIÓN	30min
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> -Identificar las propias emociones en momentos de la vida cotidiana. -Conocer diferentes recursos para autorregularse. -Tomar conciencia de la importancia de expresar las emociones en el grado en que las sentimos. 		
MATERIALES/ RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> -Gafas (pueden ser creadas por la docente). -Barro 		
DESARROLLO	<p>Esta actividad consistirá en utilizar el poder de la risa para superar algún miedo que tengan los niños. Para ello, cada uno tendrá que identificar algo que le produce miedo, ya sea un objeto, una situación, un animal, etc. La docente les puede ayudar poniéndoles ejemplos como: las arañas, la oscuridad, una serpiente, etc.</p>		

	<p>Una vez que cada uno ya tenga pensado el suyo, les daremos unas gafas para que se las pongan y se imaginen que son unos payasos a los que todo les parece gracioso.</p> <p>A continuación, se les ayudará a relacionar su miedo con algo que les produzca risa, como, por ejemplo: que las arañas tengan patines y se resbalen al caminar, que la serpiente sea una gominola que nos podemos comer, etc.</p> <p>Finalmente, tendrán que realizar una escultura de barro en la cual plasmen su miedo y cómo ahora lo ven de una forma divertida con sus nuevas gafas.</p> <p>A través de esta actividad los niños podrán identificar sus miedos y conocer los de los demás, además de aprender estrategias para regular esa emoción.</p>
--	--

3.5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En el caso de que alguno de los alumnos tuviera necesidades educativas específicas, se tomarían las medidas educativas necesarias para facilitar el desarrollo de las actividades y fomentar así, la inclusión y el mejor desarrollo para la adquisición de las competencias del alumnado. Algunas de las adaptaciones que se llevarían a cabo son las siguientes:

- Adaptación de objetivos y contenidos: teniendo en cuenta aquellos más relevantes y eliminando los que tengan menos importancia o requieran un esfuerzo superior para dicho alumnado.
- Adaptación organizativa: se establecerían diferentes grupos de trabajo, donde los niños que tengan más dificultades de aprendizaje se vean apoyados en aquellos que tienen una mayor facilidad a la hora de aprender.
- Adaptación de la evaluación: se evaluará teniendo en cuenta las características individuales de cada alumno.

Además, otras adaptaciones que se podrán realizar son: flexibilidad de tiempo, adaptación de materiales, adaptaciones de aula, etc.

3.6. EVALUACIÓN

La evaluación es uno de los elementos curriculares que nos permite contribuir a la mejora de la calidad educativa. A través de esta podemos conocer si se han alcanzado los objetivos planteados, qué aprendizajes se han adquirido, las competencias y habilidades que han desarrollado, etc. Asimismo, en el caso de que no se hayan cumplido todos los objetivos, a partir de ella se podrán identificar las causas y, también, permitirá planificar mejoras a la propuesta didáctica para futuras puestas en práctica de la misma.

Esta propuesta va a ser evaluada de una manera global, continua y formativa. En concreto, la evaluación va a ir enfocada a analizar el grado de aprendizaje y evolución de los alumnos, más que su resultado final. Por ello, se realizará a través de una observación directa y sistemática a lo largo de todas las actividades y de todo el proceso. En consecuencia, el carácter que se tendrá en cuenta en esta evaluación será el siguiente:

- Global: Se evaluará al alumnado de manera global, es decir, teniendo en cuenta el nivel progresivo que va adquiriendo en relación a sus capacidades. Además, se tendrán en cuenta las diferentes dimensiones, como la física, intelectual, social y afectiva.
- Continua: La evaluación se llevará a cabo durante el desarrollo de la propuesta didáctica, no solo en momentos concretos de la misma, por lo que la recogida de información será permanente.
- Formativa: A través de esta el docente recibirá información relevante constantemente sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo que le permitirá poder realizar cambios y mejorarla.

Por otro lado, se contemplarán tres ámbitos diferentes de evaluación:

- **Evaluación de la propuesta didáctica:** A partir de la observación, el docente completará una tabla (véase Anexo II) en la que se evaluarán diferentes ítems de cada una de las actividades que se han desarrollado.

- **Evaluación del docente:** Con esta evaluación se recogerán unos datos siguiendo unos ítems (véase Anexo III) con los que se valorará la práctica docente durante la puesta en marcha de la propuesta didáctica.

- **Evaluación del alumnado:** En cuanto a la evaluación del alumnado se completará una tabla de cada uno de los participantes (véase Anexo IV).

4. CONCLUSIÓN

Tras la realización de este trabajo, cabe destacar la importancia de trabajar la EE desde edades tempranas, ya que se ha demostrado los beneficios que esta tiene en el desarrollo integral de las personas, es decir, en el ámbito académico, personal y social. Las emociones están presentes en todos los momentos y espacios de nuestra vida, por lo que es esencial aprender a comprenderlas y gestionarlas para poder dar una respuesta apropiada en los diferentes contextos y, así, conseguir adaptarse al mundo social.

De esta manera, se utilizarán las artes plásticas como recurso para trabajar la IE en el aula, ya que es un medio que está presente casi a diario en las clases de Educación Infantil, debido a las diferentes posibilidades de expresión y comunicación que este ofrece. Teniendo en cuenta esto, las sesiones de la propuesta se han dividido en tres fases, las cuales están ordenadas jerárquicamente para desarrollar las habilidades de percepción, comprensión y regulación de las emociones, a través de diversas actividades en las que se hará uso de la pintura, escultura, instalación artística, collage, etc. A pesar de que esta no ha sido llevada a la práctica, las actividades están diseñadas teniendo en cuenta el nivel de desarrollo y las capacidades de los niños de esas edades, y su diseño permite flexibilidad en la puesta en marcha.

También es necesario señalar que el trabajo de las emociones no se puede llevar a cabo únicamente en un periodo de tiempo concreto, ya que estas están presentes de manera indirecta en todas las actividades, por lo que se deben tratar como un aprendizaje continuo que hay que tener en cuenta a lo largo de las diferentes etapas educativas.

A partir de diferentes estudios e investigaciones, se han podido analizar y descubrir los diferentes beneficios que tiene la IE en el desarrollo de los infantes, ya que permite construir relaciones positivas, tener la capacidad de gestionar sus propias emociones, desarrollar la felicidad y el bienestar psicológico, etc. manifestando de esta manera que es esencial trabajarlo en las escuelas.

Finalmente, se ha demostrado que es fundamental trabajar la IE en las escuelas desde edades tempranas, ya que esto permitirá crear una base en la infancia a partir de la cual se consiga un desarrollo emocional óptimo en los niños.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ayala, G. D. (2016). *El arte infantil en el desarrollo de la inteligencia emocional de los niños y niñas de 2 a 3 años del " centro infantil universitario" de la parroquia Guanujo*, Cantón Guaranda, Provincia de Bolívar.

Belloq, G & Gil, M J. (2010). *El arte de tocar*. Madrid: Kaleida.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis

Bisquerra, R., Pérez Escoda, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Educación XX1.

Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.

Bisquerra, R. (2016). *10 ideas claves: Educación Emocional*. Barcelona: Graó.

Bueno i Torrens, D (2017). *Neurociencia para educadores*. Octaedro

Caballero Salguero, M. J., (2011). *Importancia de la inteligencia emocional como contribución al desarrollo integral de los niño/as de Educación Infantil*. Pedagogía Magna.

De la Torre, S. (2000). *Estrategias creativas para la educación emocional*. Revista española de pedagogía, 543-571.

Del Barrio, M. V. (2005). *Emociones infantiles. Evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Pirámide.

Durlak, J. A. (2011). *A Meta-Analysis of the Effectiveness of Universal School-based Social Emotional Learning programs*. Loyola University Chicago.

EcuRed. (03 de 07 de 2016). Ecured. Obtenido de Ecured: http://www.ecured.cu/Manifestaciones_art%C3%ADsticas

Ekman, P. (1992). *An argument for basic emotions*. Cognition and Emotion, 6, 169-200.

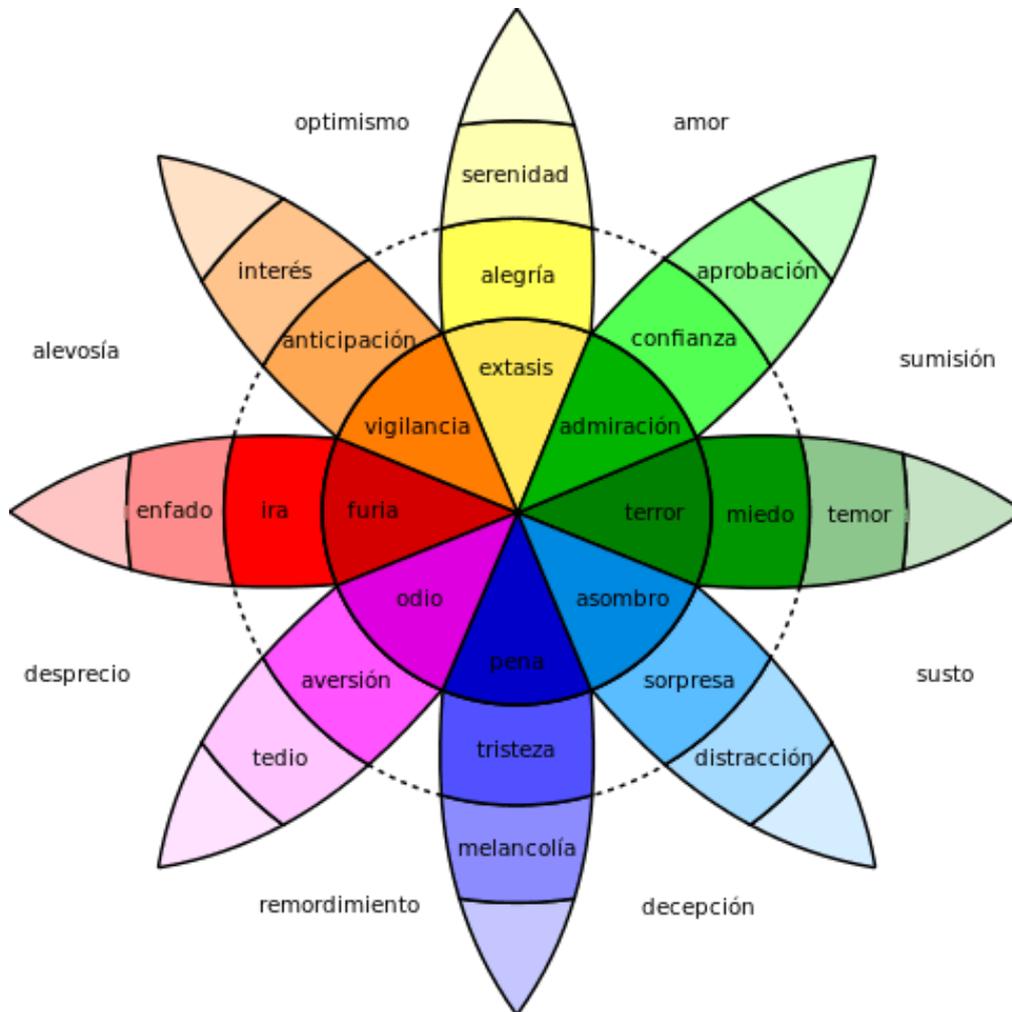
Extremera Pacheco, N., Fernández Berrocal, P. (2004). *El papel de la Inteligencia Emocional en el alumnado: evidencias empíricas*. REDIE: Revista Electrónica de Investigación Educativa, 6(2),0.

- Fernández Berrocal, P., Extremera Pacheco, N. (2005). *La inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19(3),63-93.
- Fernández Berrocal, P., Ruiz Aranda, D. (2008). *La inteligencia Emocional en la Educación*. Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 6(2),421-436.
- Fernández-Martínez, A. M. & Montero-García, I. (2016). *Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 14 (1), pp. 53-66.
- Fernández-Abascal, E. G., Rodríguez, B. G., Sánchez, M. P. J., Díaz, M. D. M., & Sánchez, F. J. D. (2010). *Psicología de la emoción*. Editorial Universitaria Ramón Areces.
- Fernández Rodríguez, M. (2013). *La inteligencia emocional*. Revista de Clases historia.
- García Fernández, M. & Giménez-Mas, S.I. (2010). *La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador*. Espiral. Cuadernos del Profesorado [en línea], 3(6), 43-52.
- García Morales, C. (2012). *¿Qué puede aportar el arte a la educación? El arte como estrategia para una educación inclusiva*. ASRI - Arte y Sociedad. Revista de Investigación. Núm. 1.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam.
- Goleman, D. (2001). *Emotional intelligence: issues in paradigm building*. CHERNISS, C. y COLEMAN, D. The Emotionally Intelligent Workplace. Primera edición. San Francisco: Jossey-Bass.
- Ibarrola, B., (sin fecha). *La Educación emocional en la etapa 0-3*. Recuperado de: 21a-PONÈNCIA-2.pdf (fundaciomaresme.cat)
- Iglesias-Hoyos, S., Del Castillo Arreola, A. y Muñoz-Delgado, J. (2016). *Reconocimiento facial de expresión emocional: diferencias por licenciaturas*. Acta de Investigación Psicológica, vol. 6.

- Jiménez Morales, M. I. y López-Zafra, E. (2009). *Inteligencia Emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión*. Revista Latinoamericana de Psicología, 41(1),69-79.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre (BOE del 10 de diciembre), para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).
- López Cassà, È. (2005). *La educación emocional en la educación infantil*. Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19(3), 153-167.
- Mejía Díaz, J. J. (2012). *Reseña teórica de la inteligencia emocional: modelos e instrumentos de medición*. (2012). Revista científica n. 17 / Bogotá, D.C.
- Mestre Navas, J. M., & Fernández Berrocal, P. (2007). *Manual de inteligencia emocional*. Ediciones Pirámide.
- Mora Teruel, F. (2013). *¿Qué es una emoción?* Arbor, 189(759):a004.
- MundoArti (2016). *El arte y las emociones*. Magazine. Recuperado de: <https://www.mundoarti.com/magazine/noticia/el-arte-y-las-emociones/>
- Palacios, Y. (2010). *Educación emocional y creatividad en la I y II etapa de Educación Básica*. Revista de Investigación vol.34 no.71.
- Reevé, J. (1994). *Motivación y Emoción*. Madrid. Me Graw- Hill, S.A.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). *Emotional Intelligence*. Imagination, Cognition and Personality, vol.9(3), 185-211.
- Shiple, N. L., Jackson, M. J. & Segrest, S. L. (2010). *The effects of emotional intelligence, age, work experience and academic performance*. Research in Higher Education Journal, (9), pp. 1-18.
- Trujillo Flores, M. M., Rivas Tovar, L. A. (2005). *Orígenes, evolución y modelo de inteligencia emocional*. INNOVAR. Revista de Ciencias Administrativas y Sociales, 15(25),9-24.
- Vecina Jiménez, M. L. (2006). *Emociones positivas*. Papeles del Psicólogo, 27(1),9-17.

Vivas, M., Gallego, D. J., & González, B. (2007). *Educación de las emociones*. Dikinson.

6. ANEXOS
ANEXO 1



ANEXO II

TABLA DE EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

ACTIVIDAD				
	ÍTEM EVALUADO	SÍ	NO	A VECES
FUNCIONABILIDAD	Cumple con los objetivos y contenidos que se pretende alcanzar			
	El espacio y la organización han sido adecuados			
	Los recursos materiales han promovido experiencias de aprendizaje, han sido ricos y suficientes			
ATRACTIVIDAD	Ha promovido la participación del alumnado			
	Ha llamado la atención de los niños			
	Los niños se han mostrado interesados en desarrollar la actividad			
ADAPTABILIDAD	Se adecua a los diferentes ritmos de aprendizajes, necesidades y dificultades del alumnado.			
	Es flexible y permite cambios durante su desarrollo			
	La distribución del tiempo ha sido adecuada			
OBSERVACIONES				

Fuente: elaboración propia.

ANEXO III

TABLA DE AUTOEVALUACIÓN DEL DOCENTE

ITEM EVALUADO	SÍ	NO	A VECES
Las actividades propuestas se han ajustado a las necesidades e intereses del grupo			
He promovido la participación de todo el alumnado			
Los materiales seleccionados y creados han sido ricos, variados y han despertado el interés del alumnado.			
He conseguido que aprendan divirtiéndose			
He estado atenta a las necesidades de cada uno			
He contribuido a generar un buen clima de aprendizaje			
El conjunto de actividades programadas ha conseguido trabajar los objetivos y contenido prefijados			
He promovido el desarrollo integral del alumnado			
He sabido coordinarme y trabajar de manera cooperativa			
Los métodos elegidos han sido adecuados			
He tenido en cuenta la estética/presentación de las actividades			
Puntos fuertes:			
Puntos débiles:			
Observaciones:			

Fuente: elaboración propia.

ANEXO IV

TABLA DE EVALUACIÓN DEL ALUMNADO

NOMBRE DEL ALUMNO					
	ITEM EVALUADO	SI	CASI SIEMPRE	A VECES	NO
FASE 1	Reconoce y nombra sus propias emociones				
	Identifica las emociones de los demás				
	Es capaz de expresar sus propias emociones a través la comunicación verbal y no verbal				
FASE 2	Capta las relaciones entre las diferentes emociones				
	Comprende sentimientos simultáneos y contradictorios				
	Es capaz de entender las transiciones entre las emociones				
FASE 3	Sabe cómo reaccionar ante distintas emociones				
	Se muestra abierto a sentimientos agradables y desagradables				
	Utiliza diferentes recursos para autorregularse				

Fuente: elaboración propia.